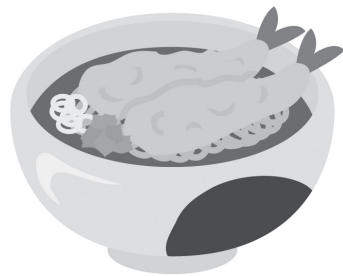




年越し蕎麦

総務課 橋本 純子 / 外販課 山島 秀章



慌ただしく年の瀬が迫って参りましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？
今回はそんな年の瀬にピッタリな『年越しそば』についてクローズアップしてみたいと思います。

「年越し蕎麦」の起源と歴史

「年越し蕎麦」の起源については鎌倉時代や室町時代など諸説ありますが、一般的な習慣として広がったのは、江戸時代中期頃と言われています。

当時は旧暦の新年に近い節分に食べるお蕎麦の事を言い、その他に「晦日そば」と言って毎月最後の日にお蕎麦を食べる習慣もありました。

新暦になって、毎月末日を晦日とは言わなくなり12月31日だけを大晦日というようになった事から、それらの習慣が融合して現在の「年越し蕎麦」の習慣になったようです。

「年越し蕎麦」を食べるのは、大晦日の何時頃がいいのか

「年越し蕎麦」を食べる時間に特に決まりはないので、自由な時間に食べて構わないのですが、『厄除け説』では前年のうちに厄を断ち切るという事から、年を越す前に食べ終わらないと縁起が悪いとも言われています。

私は毎年、除夜の鐘が鳴り響く数分前にお蕎麦を食べることが多いので、ほぼ毎年大晦日と新年をまたいで食べている状態です（笑）。

地方で違う?「年越し蕎麦」

江戸時代から北海道でニシンの豊漁が続き、「にしんそば」は庶民の味として定着しました。

明治時代には北海道から全国各地に運ばれたニシンを使った「にしんそば」が名物になり、現在でも年越しそばとしてよく食べられています。

京都が薄口ダシなのに対し、北海道は濃口醤油を使った関東風が主流です。私の両親の実家は京都ですが、「にしんそば」の年越し蕎麦を食べた記憶はない気がします（笑）。

続いては岩手県です。お殿様をもてなす料理だったという説もある「わんこそば」。1人前は、わんこ（碗コ）7杯とも、15杯ともいわれます。小分けにしたときにツルッと食べられるよう、麺が通常より長く切ってあるなど、たくさん食べられる工夫がしてあります。かつては、年齢の数と同じ杯数のわんこそばを食べる「年越しわんこ」の習慣があったとか!! なんと恐ろしい。そんなに食べられませんけど…（涙）。

その他にも福井県は大根をすりおろして食べる「越前そば（越前おろし蕎麦）」や、島根県では「割子そば」が有名ですが、島根県民の年越し蕎麦の食べ方としては「釜上げ」が多いのだそうです。

大晦日に「年越し蕎麦」を食べる習慣は、日本の行事食としてすっかり定着していますが、その由来には実に様々な説が存在することがわかります。同様にお雑煮やおせち料理にも地方で様々な食べ方や種類がありますので、意外な発見や楽しみがありますね。今年の年越し蕎麦はどうやって食べようか、今から考えてみます♪

年越しそばの歴史

鎌倉時代に博多のお寺で年を越せない程貧しい人々に「そば餅」というそば粉で作った餅をふるまいました。

すると翌年から、そば餅を食べた人々の運氣が上がり、そば餅を食べれば良いことがあるという噂が広がりました。それから毎年食べられる様になり、それが現在でいう年越しそばとなったそうです。

もともとお蕎麦は、お寺で精進料理として食べられていましたが、貴族や武士、そして庶民へと広まり、日本全国で食べられる様になったとされています。

アポロ新聞

そもそも、簡単に作れる料理である「そば」を何故、大晦日に食べるのでしょうか？

—— それは、年越しそばには込められた意味があるからなのです。

① 長生きできるように

お蕎麦のように細く長く過ごせる事を願って食べられます。

② 今年の不運を切り捨て、来年を幸運で迎えられるように

お蕎麦は切れやすいため、今年の苦労や不運を綺麗に切り捨てて、新しい年を迎えるためと言われています。

③ 金運が上がりますように

昔の金銀細工師は、細工で散らかった金や銀を集めるために、そば粉を使っていたと言われています。そのため「そばで金を集める」から金運が上がるとされました。

④ 来年も無病息災でありますように

蕎麦は風雨にさらされても、日光を浴びると再び元気になります。そのためそばのように何度も元気に蘇るようという願いが込められています。

また、中に入っている具にも大切な意味があります。エビ天は長寿のシンボル、油揚げは商売繁盛のシンボルなど、その具材によって新年への希望を表す事ができますよ。

年越しそば、ひと手間加えたアレンジ

シンプルな年越しそばももちろんいいけど、たまにはちょっと変わった年越しそばを楽しんでみませんか？ひと手間加えるといつもの年越しそばが劇的に変わりますよ！

●ホットプレートを使って瓦そばに

年越しそばもホットプレートを使うと瓦そばに変身です。SNS映えもするので、若い人に好まれるかもしれません。

●さっぱり味の年越しそば

すだちを加えるとさっぱりとした年越しそばを楽しめます。年越しそばは夜遅い時間に食べる方も多いと思います。すだち年越しそばであれば、さっぱりしているので遅い時間に食べてもおススメですよ。

●こんなのもあり？ おしゃれにそばパスタ

縁起の良いエビと舞茸を炒め、茹でたそばと具材を絡ませ塩コショウと麺つゆで味付けをすれば、お洒落な年越しそばの完成です。最後に三つ葉をのせれば、彩りも華やかになりますよ。

今年の嫌な事や、不運を断ち切って新年に向けて願掛けをしながら「年越しそば」を食べる…とてもいい伝統だと思いませんか？

今まで「蕎麦は好きじゃない」と年越しそばを食べてこなかったあなたも、今年は美味しい年越しそばを食べて、新しい年を幸せに過ごしましょう！

参考 <https://www.ielove.co.jp/column/contents/01082/>

